

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ

О.Е. Сурнина, Е.В.Лебедева

ШКАЛИРОВАНИЕ ДЛИТЕЛЬНОСТИ БИОГРАФИЧЕСКИХ СОБЫТИЙ МЕТОДОМ КРОСС-МОДАЛЬНОГО ПОДБОРА

Метод кросс-модального подбора является одним из наиболее универсальных методов психофизического шкалирования и нередко используется при изучении восприятия времени [6; 10]. Исследование особенностей шкалирования времени, как правило, осуществляется в условиях непосредственного предъявления стимулов или при небольшом интервале отсрочки. При этом длительность оцениваемых интервалов обычно не превышает нескольких секунд. Субъективные оценки длительности событий в масштабе жизненного пути исследованы значительно хуже и обычно носят описательный, качественный характер (см. обзор [5]). Вместе с тем в реальной жизни человек редко оценивает короткие временные интервалы. Куда чаще решается задача количественной оценки продолжительности тех или иных событий, когда нужно сравнивать одни события с другими, выяснять, какое из них было более или менее продолжительным и насколько или во сколько раз. Но в отличие от оценки длительности непосредственно предъявляемых стимулов здесь наибольшим удельным весом обладают когнитивные процессы и, в первую очередь, долговременная память. От того, насколько будет полным воспоминание и какое место событие занимало в жизни человека, его субъективная длительность в ретроспективе будет разной [4].

Таким образом, событийное разбиение жизненного пути создает у человека представление о его равномерном или неравномерном заполнении, о его длительности в целом. На

этом основании формируется субъективная шкала собственной жизни.

Совершенно очевидно, что люди разного возраста будут по-разному распределять значимые события на субъективной шкале времени. Это может быть обусловлено как особенностями интеллектуально-мнестической сферы (скоростью переработки информации и извлечения ее из долговременной памяти, скоростью оперирования образами и т.п.) [1; 10], так и спецификой ведущей деятельности, задающей масштаб и размерность временных шкал [2].

Хорошо известно, что субъективные шкалы времени описываются степенной функцией, величина показателя степени которой зависит от многих факторов, в частности от диапазона предъявляемых стимулов. Иначе говоря, при шкалировании временных интервалов может иметь место эффект диапазона, суть которого заключается в сужении субъективной шкалы (уменьшении показателя степени психофизической функции) при расширении диапазона предъявляемых стимулов [7]. Таким образом, можно ожидать, что у людей разного возраста субъективные шкалы оценки длительности жизненных событий должны быть разными: у пожилых людей они должны быть уже, чем у молодых.

В доступной нам литературе мы не нашли сведений о субъективных шкалах, отражающих оценки длительности биографических событий. Какова эта субъективная шкала, насколько она соответствует длительности прошедших событий, каким образом распределяются события на этой шкале – вот далеко не полный перечень вопросов, на которые сегодня четкого ответа нет. Вместе с тем не будет преувеличением сказать, что именно количественное, а не качественное, описание того или иного явления, в большей степени приближает нас к пониманию сущности и закономерностей его проявления. В нашем исследовании мы предположили, что величина субъективной шкалы каким-то образом связана с ориентацией человека на прошлое, настоящее или будущее, а также зависит от его физической активности. Поэтому целью нашей работы было выявить особенности шкалирования длительности биографических

событий в разных возрастных группах с помощью метода кросс-модального подбора.

Методика

В исследовании приняли участие две группы испытуемых, отличающихся по возрасту: 1) 17-22 года – 163 человека (50 мужчин и 113 женщин); 2) 55-74 года – 80 человек (20 мужчин и 60 женщин).

В исследовании использовался метод кросс-модального подбора. Этот метод обладает важным преимуществом перед другими методами шкалирования: он избавляет испытуемого от необходимости манипулирования числовым рядом, что само по себе может отражаться на параметрах психофизической функции [8]. Более того, в исследованиях Е.В. Лебедевой [5] было показано, что для многих людей старческого возраста оказалась трудной, а порой и невозможной, процедура оценки длительности. В такой ситуации становится невозможным сравнение данных разных возрастных групп. Именно это обстоятельство явилось решающим в пользу выбора метода кросс-модального подбора. Суть его заключалась в установлении количественного соотношения между стимулами разной модальности. При этом должен соблюдаться принцип пропорциональности, то есть при увеличении/уменьшении предъявляемого стимула в N раз во столько же раз должен увеличиваться/уменьшаться и подбираемый стимул. По отношению к шкалированию длительных интервалов времени этот метод впервые был применен Т. Коттом [11].

Процедура опыта заключалась в следующем. Испытуемому на листе бумаги формата А4 предъявлялась начерченная горизонтальная линия длиной 200 мм и указывалось, что эта линия представляет собой его жизненный путь от рождения до момента тестирования («линия жизни»). Далее предлагалось выделить пять наиболее важных для испытуемого жизненных событий, которые он хотел бы отметить на «линии жизни». Испытуемый записывал их на бланке в хронологическом порядке. После этого ему предлагалось начертить линию, соответствующую

длительности временного интервала от рождения до первого указанного им события, затем от рождения до второго и т.д.

Обработка результата включала в себя построение психофизической функции оценки времени. С одной стороны – это физическая шкала времени, представленная календарным возрастом испытуемого и хронологическим временем того или иного события. С другой стороны – субъективная «шкала воспоминаний», выраженная в виде линий разной длины. Таким образом, испытуемый устанавливал отношение между длительностью происходивших с ним событий и длиной линий, соответствующих этим событиям. У каждого испытуемого методом наименьших квадратов вычислялся показатель степени (или экспонента Стивенса) полученной психофизической функции, характеризующий ее крутизну.

На основании индивидуальных значений экспонент с помощью пакета Excel вычислялся ряд статистических характеристик отдельно для каждой возрастной группы.

Для определения временной ориентации человека использовался опросник К. Муздыбаева [9].

Результаты и обсуждение

Статистические характеристики, полученные в разных возрастных группах испытуемых при шкалировании длительности событий представлены в табл.1.

Таблица 1

Значения показателей степени психофизической функции оценки длительности биографических событий

| Возраст, годы | $n \pm t \cdot \sigma_n$ | σ | min | max | ρ | Mo | As |
|---------------|--------------------------|----------|-------|-------|--------|-----------|-------|
| 17-23 | 1,72±0,19 | 1,40 | 0,40 | 10,66 | 10,24 | 1,00÷1,7 | 3,56* |
| 55-74 | 0,90±0,07 | 0,38 | 0,20 | 2,33 | 2,13 | 0,90÷1,09 | 0,67* |

Примечание: $n \pm t \cdot \sigma_n$ – среднее значение показателя степени с доверительным интервалом; σ – стандартное отклонение; min , max – минимальное и максимальное значения экспоненты; ρ – размах

вариации; *Mo* – модальный класс; *As* – показатель асимметрии (* отмечены достоверные значения асимметрии при $p \leq 0,05$)

Полученные данные свидетельствуют о том, что у молодых испытуемых и средние значения и размах вариации индивидуальных значений показателя степени выше, чем у пожилых людей. Увеличение разброса данных отражает разнообразие стратегий испытуемых при оценке длительности. Обращает на себя внимание и тенденция к высоким значениям экспонент: у 30% молодых испытуемых величина экспоненты превышает значение 1,7, что обуславливает выраженную правостороннюю асимметрию распределения. Одной из причин этого является неравномерное разбиение жизненного пути на интервалы. Треть молодых людей при шкалировании допускают грубые нарушения пропорциональности. Они переоценивают длительность событий недавнего прошлого и недооценивают события первых лет жизни, что отражает повышенную значимость недавнего прошлого для молодых людей. Важные для них события сгруппированы в основном в пределах последних 5-7 лет, причем у 50% испытуемых два или три события оказываются принадлежащими одному году. Результатом такой стратегии является расширение субъективной временной шкалы и увеличение показателя степени, известного в литературе как «эффект диапазона» [8].

«Эффект диапазона» проявляется и при шкалировании длительностей пожилыми людьми. Анализ индивидуальных данных показал, что значительная часть пожилых испытуемых непропорционально увеличивают интервалы между событиями и недооценивают длительность этих событий. Этот феномен описан в психологической литературе как «разряжение» жизненной ретроспективы с возрастом [3]. В результате такой стратегии субъективная шкала времени сжимается. Действительно, как показали результаты наших исследований, в среднем показатель степени у пожилых людей оказывается меньше, чем у молодых (0,9 и 1,72, соответственно).

Статистически значимая положительная асимметрия в обеих группах испытуемых демонстрирует наличие «растянутых» шкал не только у молодых, но и у пожилых

людей, что нельзя объяснить исключительно указанными феноменами. Поэтому возникает вопрос: только ли от продолжительности ретроспективы, то есть от возраста человека, зависит крутизна психофизической функции оценки длительности событий? Возможно, она связана с временной ориентацией человека в целом, то есть ориентацией на прошлое (ретроспектива), настоящее или будущее (перспектива). Чтобы проверить это предположение, испытуемым старшей возрастной группы был предложен опросник К. Муздыбаева [9], позволяющей определить временную ориентацию человек. Оказалось, что пожилые люди, ведущие активный образ жизни (продолжают свою профессиональную деятельность, занимаются в группе здоровья, общественной работой и т.д.) главным образом ориентированы на настоящее (около 50%) и часть – на будущее (около 5%). У этих испытуемых среднее значение показателя степени равно $1,05 \pm 0,10$, то есть субъективная временная шкала соответствует физической. Испытуемые, ведущие замкнутый, «пассивный» образ жизни (в условиях интерната), вообще не видят перспективы (0%), а в большинстве своем живут воспоминаниями о прошлом (свыше 50%). Такая ориентация на прошлое приводит к существенному сужению субъективной временной шкалы (уменьшению показателя степени). Среднее значение экспоненты у них равно $0,61 \pm 0,10$.

Выводы

1. Результаты проведенного исследования показали, что чем больше плотность событий на пройденном участке жизненного пути, тем больше «растягивается» субъективная шкала времени и больше величина показателя степени. И наоборот, чем дальше отстоят друг от друга события в памяти испытуемого, тем короче они ему кажутся, что приводит к «сжатию» субъективной временной шкалы и уменьшению показателя степени.
2. Пожилые люди, ведущие активный образ жизни, главным образом ориентированы на настоящее и будущее (около 55%). Испытуемые, ведущие замкнутый, «пассивный»

образ жизни (в условиях интерната), вообще не видят перспективы (0%), а в большинстве своем живут воспоминаниями о прошлом (свыше 50%).

3. Крутизна психофизической функции оценки длительности событий связана с временной ориентации человека. У испытуемых, ориентированных на настоящее и будущее время, величина субъективной шкалы в большей степени соответствует физической шкале времени, чем у испытуемых, ориентированных на прошлое.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Андерсон, Дж.Р.* Когнитивная психология. СПб.: Питер, 2002..
2. *Болотова, А.К.* Психология организации времени. М.: Аспект Пресс, 2006.
3. *Бороздина, Л.В., Спиридонова, И.А.* Возрастные изменения транспективы субъекта // Психологический журнал. 1998. № 2. С.40-50.
4. *Головаха, Е.И., Кроник, А.А.* Психологическое время личности. М.: Смысл, 2008.
5. *Лебедева, Е.В.* Особенности восприятия времени людьми пожилого и старческого возраста. Дис...канд. психол. н. Екатеринбург, 2004.
6. *Лебедева, Е.В., Сурнина, О.Е.* Особенности субъективных временных шкал у пожилых людей от 60 до 80 лет // Валеология. 2003. № 2. С. 27 – 32.
7. *Лупандин, В.И.* Психофизическое шкалирование. Свердловск: Изд-во Урал. гос. ун-та, 1989.
8. *Лупандин, В.И., Сурнина, О.Е.* Психофизика. Екатеринбург: Изд-во Урал гос. ун-та, 1997.
9. *Муздыбаев, К.* Переживание времени в период кризисов // Психологический журнал. 2000. Т.21, № 4. С.5-21.
10. *Сурнина, О.Е., Лупандин, В.И., Пустуева, Н.В., Йежица, И.Н.* Изучение оценки времени дошкольниками методом кросс-модального подбора // Вопросы психологии. 1995. №3. С. 133-138.

11. *Cottle, T.J.* Perceptiving time: psychological study with men and women. New York: Wiley, 1976.

А.В. Гизулина

СТРУКТУРА ПРЕДСТАВЛЕНИЙ СТУДЕНТОВ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ И ДУХОВНОМ ЗДОРОВЬЕ

В течение 10 лет на кафедре психофизиологии и психофизики УрГУ проходило исследование представлений студентов о здоровье и здоровом образе жизни. Использовались методы анкетирования, тестирования, написания эссе в свободной форме по указанной тематике. Было обследовано 350 человек – студентов факультета психологии дневной, вечерней, заочной форм обучения в возрасте от 18 до 47 лет. Сбор материала проходил в гг. Екатеринбурге, Нижнем Тагиле, Новоуральске, Ноябрьске.

Основным является вывод, что понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» в представлении студентов практически автономны и отчасти противоположны. Студенты считают, что «здоровому человеку нет смысла вести, так называемый, здоровый образ жизни, он может вести обычный нормальный образ жизни». К тому же большинству опрошенных заниматься здоровьем «лень», «некогда» или «не хватает средств». Здоровый образ жизни представляется студентам как некая, по сути, лечебная альтернатива нормальному образу жизни и служит «для восстановления и поддержания здоровья для тех, кому это нужно». Например, для людей, восстанавливающих после тяжёлого заболевания или травмы, или профессионалов физического труда, которым нужно поддерживать себя «в форме»: спортсменов, балерин, артистов, путешественников, военных. Да и те не всегда его соблюдают – «расслабляются иногда». Есть, правда, странные, с точки зрения большинства опрошенных, люди, которые ведут здоровый образ жизни «просто так», без особой надобности. Но это те, «у кого денег много и больше делать нечего».